Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis

Band: 32 (1910)

Heft: 19

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Tit.Schweiz.Landesbibliothek BERN

Nr. 19. 1910

Schweizer Frauen-Zeitung.

32. Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenwelt.

Abonnement.
Bei Franko-Zustellung per Post
Halbjährlich . . . . Fr. 3.—
Vierteljährlich . . . „ 1.50
Ausland zuzüglich Porto.

Gratis-Beilagen:
„Koch- und Haushaltungsschule"
(erscheint am 1. Sonntag jeden Monats).
„Für die kleine Welt"
(erscheint am 3. Sonntag jeden Monats).

Redaktion und Verlag:
Frau Elise Honegger.
Wienerbergstraße z. „Bergfried".
Post Langgaß
Telephon 376.

Insertionspreis:
Per einfache Petitzeile
Für die Schweiz: 25 Cts.
„ das Ausland: 25 Pfg.
Die Reklamezeile: 50 Cts.

Ausgabe:
Die „Schweizer Frauen-Zeitung" erscheint auf jeden Sonntag.

Annoncen-Regie:
Expedition
der „Schweizer Frauen-Zeitung".
Aufträge vom Platz St. Gallen nimmt auch
die Buchdruckerei Merkur entgegen

St. Gallen

Motto: Immer strebe zum Ganzen, und kannst du selber kein Ganzes Werden, als dienendes Glied schließ an ein Ganzes dich an!

Sonntag, 8. Mai.

Inhalt:

Gedicht: Im vollen Lenz.
Unser bester Freund.
Formensinn des Kindes.
Versprechen und Halten.
Kostbare Droguen.
Die saure Milch als Heil- und Nahrungsmittel.
Persönliche Erfahrungen.
Sprechsaal.
Feuilleton: Mütter und Söhne.
Beilage:
Neues vom Büchermarkt.
Briefkasten.

Im vollen Lenz.

Im warmen Strahl
Verjüngt sich das Tal
Zu frischem, freudigem Leben.
Es kost der Wind
So lau und so lind,
Welch Keimen, Schaffen und Weben!

Von Bergeshöhn,
Im Lichtglanz zu sehn,
Die Wasser eilen und schäumen.
Es grünt und blüht
Im frohen Gemüt,
Auf Fluren, Sträuchern und Bäumen.

Woher du kamst,
Woher du es nahmst,
Das letzte Reislein zu schmücken? —
Von Gott gesandt,
Kamst, Lenz, du ins Land,
Des Menschen Herz zu beglücken.

Der Vögel Chor
Hallt lieblich ans Ohr,
Ein Schmettern, Flöten und Singen:
Im leichten Spiel
Ohn' Ende und Ziel
Ein süß verschlungenes Klingen.

Der Kinder Schar,
Mit Blumen im Haar,
Tanzt froh den ringelnden Reihen.
O Lenzeslust
In kindlicher Brust:
Ein Mai im anderen Maien!

Von oben lacht
Auf Jubel und Pracht
Des Himmels Blau und die Sonne;
Mein Herz, kannst du
Wohl tragen in Ruh'
Auf einmal all diese Wonne? —

Stimm' freudig ein,
Im Jubelverein
Laß schallen dankende Lieder!
Du, lieber Gast,
O halte noch Rast
Und kehre wieder und wieder! J. G. Frei

Unser bester Freund.

Eine Wohltat von ganz unberechenbarem Werte für die Menschheit ist der Schlaf, jener eigentümliche, in seinen innersten Ursachen noch nicht erforschte Zustand, in welchem der Körper nicht mehr unter dem Einfluß der Außenwelt steht, Gehirn- und Muskeltätigkeit ruhen und nur die zum Leben absolut notwendigen Vorgänge der Atmung, Herztätigkeit und Verdauung nicht aussetzen. Ueber die Zeit und die Dauer des Schlafes gibt uns die Natur am besten Auskunft, wenn wir nur ihre Stimme immer hören wollten.

Im allgemeinen kann man ja sagen, daß die Schlafenszeit gekommen ist, wenn sich abends ein unabweisbares Gefühl von Ermüdung der Muskeln und des Gehirns bemerkbar macht und daß das Ende des Schlafes sich im Erwachen der Gehirntätigkeit und dem Gefühl von erhaltener Muskelkraft anzeigt. Bei Kindern ist längeres Schlafen Bedürfnis; ja die Säuglinge erwachen nur vom Gefühle des Hungers, um alsbald wieder nach erfolgter Sättigung einzuschlafen. Gesunde Erwachsene bedürfen eines kürzeren Schlafes, wenn auch die Zeit von 6—7 Stunden als das geringste Maß eingehalten werden sollte; Greise endlich liegen oft stundenlang wachend im Bette, weil der tägliche geringe Verbrauch von Kräften schon durch einige Stunden Schlafes gedeckt wird.

Der Schlaf tritt um so sicherer ein, je weniger der Magen mit Speisen und der Geist mit Schrullen und Sorgen beschwert ist. Bei Kindern und Erwachsenen sollte es Regel sein, nur eine leichte Abendmahlzeit und zwar mindestens eine Stunde vor dem Schlafengehen einzunehmen. Starke Esser und Trinker, die mit vollem Magen zu Bette gehen, werden oft von lästigem Alpdrücken gequält, während umgekehrt die Erfahrung lehrt, daß schwächliche, blutarme Personen ihre Schlaflosigkeit verlieren und einen gesunden Schlaf bekommen, wenn sie abends vor dem Schlafengehen noch eine Fleisch- oder Eierspeise auch wohl ein Glas Wein oder Bier zu sich nehmen. Was dem Magen eine starke Mahlzeit, das sind dem Gehirn in später Abendzeit Spekulationen, Sorgen und andere quälende Gedanken. Kinder, denen man abends noch von Gespenstern und wilden Tieren erzählt, fahren bei Nacht unter dem Eindruck schreckhafter Gesichter in die Höhe, und Erwachsene, welche im Bette noch Häuser bauen und Schulden zahlen, kommen schwer zum Schlafe und werden auch in ihren Träumen die Sorgen nicht los. Der Geist soll aber ebenso ausruhen wie der Körper, damit er am andern Tage wieder mit neuer Kraft seine Schuldigkeit tue.

Der Schlaf ist ein Recht, das sich die Natur selbst gegenüber der arbeitenden Menschheit vorbehalten hat, um ihre Kräfte zu schonen und sie vor frühzeitiger Aufreibung zu retten. Außer diesem Privilegium der Natur aber hat sich die menschliche Gesellschaft noch ein eigenes Privilegium geschaffen, indem sie von Woche zu Woche einen Tag allgemeiner Erholung einschaltete. „Sechs Tage sollst du arbeiten, aber am siebenten sollst du ruhen." Dieses Gebot des weisen jüdischen Gesetzgebers ist von allen christlichen Völkern angenommen worden, und seine Befolgung hat sich, abgesehen von der Befriedigung religiösen Bedürfnisses, noch in anderer Hinsicht von unendlichem Segen für die Menschheit erwiesen. Ohne Abwechslung, ohne zeitweiligen Uebergang auf ein anderes Gebiet der Tätigkeit kann keine harmonische Ausbildung des Menschen, keine volle Gesundheit an Körper und Geist zu Stande kommen. Deshalb ist der Sonntag keine willkürliche Erfindung eines müßigen Menschengeistes, sondern eine der weisesten Einrichtungen, die dem innersten Bedürfnisse des Menschen ebenso gut entspricht, wie der Schlaf. Der Gelehrte, der die ganze Woche im Zimmer mit dem Kopfe gearbeitet hat, wird ein ganz anderer Mensch, wenn er am Sonntag in einer rüstigen Streife über Berg und Tal seine Muskeln wieder zur Geltung kommen fühlt; der Landmann aber, der am Sonntag behaglich durch seine Felder schlendert, fühlt nach tagelanger, ununterbrochener Muskelarbeit in der Stille der umgebenden Natur das Bedürfnis nach geistiger Anregung, und wenn er nach Hause kommt, nimmt er ein gutes Buch zur Hand und freut sich des Inhaltes, der ihn aus der Enge der schweren Tagesarbeit in weitere Fernen blicken läßt. So werden Beide, wenn auch nur auf Stunden, ihrem Berufsleben entrückt und lernen die wahre Menschlichkeit nun in einem harmonischen Einklange von Körper und Geist erkennen.

Formensinn des Kindes.

Man gebe einem vierjährigen Kinde eine Schiefertafel und fünf bunte Steinchen und fordere

das Kind auf, die Tafel damit zu schmücken. Wie erstaunt man, wenn das Kind sogleich den ersten Stein in die Mitte und die anderen Steine in die vier Ecken der Tafel legt und dann freudestrahlend ausruft: „Sieh mal, da habe ich einen Stern gemacht". Diese Freude an der gleichmäßigen Form zeigt sich schon sehr früh beim Kinde und man hat wiederholt beobachtet, daß ungleichmäßige Figuren, wie hier etwa das Fehlen eines Steinchens in einer Ecke, Unlustgefühle hervorrufen, die das Kind veranlassen, die betr. Figur zu verändern oder zu zerstören.

Dieser Sinn für schöne Formen muß auch erzogen werden. Es wäre aber gänzlich verfehlt, wenn man nun anfangen wollte, das Kind systematisch zum Figurenlegen zu veranlassen. Das Schöne soll vor allem Freude erzeugen und das wird es schwerlich, wenn man Schönheitsübungen in ein System bringt. Das einzige, was der Erzieher zur guten Weiterentwicklung hier tun kann, ist, dem Kinde geeignetes Material in die Hand zu geben, damit es jederzeit, wenn Lust dazu vorhanden, Figuren herstellen kann.

Als Material kommen hier geteilte Erbsen und Bohnen, Kürbiskerne, Linsen, Muscheln, Steine und Fröbels Legetäfelchen in Betracht. Auch gibt es ganze Mosaikspiele schon von 65 Cts. an zu kaufen. Diesen Mosaikspielen ist stets ein Musterbogen mit Figuren beigefügt; doch ist es nicht ratsam, dem Kinde die Bogen zu überlassen, da es dann nur nach dem Muster Figuren legen würde, wobei seine Erfindungsgabe leidet. Der Wert dieser kindlichen Betätigung liegt nicht nur in der Erziehung des Schönheitssinnes.

Wenn das Kind mit Erbsen ein Blatt oder Haus darstellen will, so muß es die wesentlichen Merkmale des Blattes oder Hauses erkannt haben und muß imstande sein, sie sich deutlich zu vergegenwärtigen. Dadurch lernt es die Form selber erkennen. Daß z. B. zu einem Hause notwendigerweise Fenster und Türen gehören, daß es aber ganz gleichgültig ist, ob die Fenster schmal oder breit, hoch oder niedrig sind. Das Kind lernt hier Formen sehen und übt sich darin, diese Formen in geeigneter Weise darzustellen.

Versprechen und Halten.

Es ist eine böse Gewohnheit vieler Erwachsener, die Kinder durch allerlei Versprechungen zu beschwichtigen oder zu einer Handlung zu bewegen, gegen die sie sich in ihrem kindlichen Unverstand sträubten. Bisweilen werden aber diese Versprechungen nicht gehalten. Man sagt sich, das Kind vergißt leicht, oder es läßt sich auf später vertrösten, wenn es sich doch vielleicht des Versprechens erinnern und an die Erfüllung mahnen sollte. Daß man mit solchem Versprechen und Nicht-Halten dem Kinde gegenüber ein grobes Unrecht begeht, das sagt man sich nicht. Doch setzen wir dadurch unsere Autorität herab. Das Kind erblickt in den Erwachsenen, hauptsächlich in den Eltern, etwas Vollkommenes, dem es nachzueifern bestrebt ist. Diese Auffassung wird durch jede Blöße, die man sich gibt, einen Stoß erhalten und das Kind zum Kritisieren veranlassen. Ihm wird streng verboten, die Unwahrheit zu sprechen; was aber ist es Anderes, als ein Mangel an Aufrichtigkeit, wenn die Mutter ihm dieses oder jenes verspricht, aber gar nicht daran denkt, ihr gegebenes Wort einzulösen? Das Kind wird rücksichtslos, wie die Jugend ist, bei der nächsten Gelegenheit sagen: „Ach, ich glaube dir nicht! Du versprichst nur immer!" Ist das nicht beschämend für die Mutter? Oder — und das ist noch ärger — das Kind macht's den Erwachsenen nach: es gibt selbst Versprechungen, die es nie zu halten gedenkt und die sich infolge seiner kindlichen Phantasie oft ins Unermeßliche steigern, so daß sich das Kleine zum Schwadroneur ausbildet. — Tut es der Mutter oder sonstigen Erwachsenen zudem nicht weh, Kindern eine oft herbe Enttäuschung zu bereiten? Wir verwinden es selbst im spätern Leben schwer, Hoffnungen still zu Grabe zu tragen; nun hat sich das Kind auf unser Versprechen hin gefreut, es hat gläubig auf Schönes gehofft, und wir zerstören ihm das Hoffen und den Glauben an uns!

Kostbare Drogen.

Von Arnold Rohde.

Die moderne Heilkunde ist bemüht, den Arzneimittelschatz von dem unnützen Ballast zu befreien, mit welchem ihn vergangene Jahrhunderte beschwert haben. Während früher, insbesondere im Mittelalter, eine schier unermeßliche Zahl von Tier- und Pflanzenstoffen im Laboratorium des Apothekers verarbeitet wurden, hat man in neuerer Zeit einen großen Teil derselben als völlig wertlos für die Medizin aus dem Register der heilkräftigen Stoffe gestrichen.

Viele der heute gebräuchlichen Arzneien, unter ihnen glücklicherweise auch solche von anerkanntem Werte, wie die Sennesblätter (Cassien), Meerzwiebel, Chinin usw. sind sehr wohlfeil; doch findet man in den Apotheken auch einige sehr seltene und kostbare Droguen, welche schon durch ihren hohen Preis auf die Einbildungskraft der Massen wirken; denn nur wenige denken daran, zu untersuchen, welche Faktoren für den Preis der Droguen bestimmend sind.

Der Preis des Safrans schwankt z. B. (je nach dem Ausfall der Ernte) zwischen 60 und 140 M. für das Kilogramm. Aber dieser hohe Preis ist wohl erklärlich, wenn ich hinzusetze, daß dieses Produkt nur aus einer bestimmten Krokusart (Crocus sativus) gewonnen wird und daß nicht weniger als 70,000 Pfund dieser Pflanzen erforderlich sind, um ein einziges Pfund Safran zu erzielen. Vergegenwärtigt man sich, wieviel Mühe das Pflanzen, Einsammeln, Trocknen und Verarbeiten des Krokus erfordert, um dieses Resultat zu erzielen, so erscheint der Preis eigentlich noch recht mäßig. In der Medizin spielt aber der Safran keine hervorragende Rolle; doch wirkt er stark erregend, nervenbelebend und krampfstillend. Von den Hausfrauen wird er sehr geschätzt, denn er dient als Färbemittel zum „Crêmen" der Gardinen, auch verleiht er dem Kuchen ein reicheres, üppigeres Aussehen.

Zu den kostbaren Droguen gehören unter anderen auch viele ätherische Oele, so insbesondere das Rosenöl, welches lediglich seines angenehmen Geruches wegen Verwendung findet. Wie gering muß aber die Ausbeute sein, wenn bei der allgemeinen Verbreitung der Rosenkultur der Preis für das Kilogramm zwischen 600 und 1200 M. schwankt. Man braucht nicht weniger als 10,000 Pfund Rosen, um ein Pfund Oel zu gewinnen.

Dieser kostbare Stoff wird natürlich in sehr umfassender Weise gefälscht. Das Rosenöl wird durch Destillation gewonnen, und bei dieser Manipulation wird dann ein hinreichendes Quantum Geranium mitdestilliert. Das Oel dieser Blume hat einen rosenähnlichen Geruch, ist aber erheblich wohlfeiler, denn es sind zur Erzielung eines Pfundes Oel nur 500 Geraniumblüten erforderlich.

Konstantinopel bildet einen Hauptexporthafen für das Rosenöl, und die armen Matrosen werden hier in ganz schändlicher Weise übers Ohr gehauen. Sie kaufen häufig als Geschenk für ihre lieben Frauen und Schätzchen daheim für schweres Geld lange, schmale vergoldete Fläschchen mit dem vermeintlichen Rosenöl. In Wirklichkeit enthalten diese Flaschen nichts als Geraniumöl. Die echte Essenz wird eben nur hineingetan und dann sofort wieder in den Sammelbehälter zurückgegossen. Die wenigen an der Flaschenwand hängenbleibenden Tröpfchen duften jedoch stark genug, um den Käufer glauben zu machen, daß er an Ort und Stelle das echte Rosenöl eingekauft habe.

Ein anderes kostspieliges Pflanzenprodukt, das mit 20 M. für die Unze bezahlt wird, ist das als Curare oder Urari bezeichnete Pfeilgift der südamerikanischen Indianer. Es wird aus dem Safte verschiedener, besonders in Guayana einheimischer Strychnosarten unter Zusatz anderer giftiger und scharfer Gewächse bereitet, und zwar durch Auskochen der Pflanzensubstanzen und Eindampfen des so gewonnenen Extraktes zu einem dicken Saft. Die kleinste Verwundung mit einem vergifteten Pfeile führt sicher und rasch bei Menschen und Tieren den Tod herbei. Dagegen wirkt es vom Magen aus nur in großen Dosen. Wenigstens essen die Eingeborenen ganz furchtlos von den auf die besagte Art getöteten Tieren. Der wirksame Stoff des Giftes ist das Curarin, ein krystallisierendes Alkaloid, das in der Medizin zu physiologischen Experimenten Verwendung findet.

Wenn in besonderen Fällen eine außergewöhnliche Giftstärke geboten ist, so kann man einer Dosis von $^1/_{20}$ Strychnin, $^1/_{60}$ Atropin — ein Produkt des tödlichen Nachtschattens — hinzufügen. Aber das stärkste von allen Giften ist das Aconitin, ein Alkaloid (Laugensalz), das aus der Wurzel der im Volksmund als Sturm- oder Eisenhut bezeichneten Pflanzen gewonnen wird und von dem die phänomenal kleine Dosis von $^1/_{500}$ Gran tötlich wirken kann. Da man dieses Giftes in der Medizin natürlich in noch weit geringeren Mengen bedarf, so können wir es auch mit Gleichmut aufnehmen, daß für die Unze ein Preis von 500 bis 600 M. gefordert wird und selbst Weltfirmen würden wahrscheinlich zweimal zuschauen und um Bestätigung des Auftrages bitten, wenn von einem Kunden auch nur ein Pfund dieses Giftes verlangt würde.

Ist man denn aber sicher, daß diese kleinen Dosen in der vorgeschriebenen Stärke verabfolgt werden? Falls es sich um einen lösbaren Stoff handelt, wird eine kleine Menge desselben in Wasser aufgelöst und dann die Lösung vorschriftsmäßig verteilt. Ist der Stoff aber nicht lösbar, so findet an Stelle des Wassers ein dichtes, schweres Pulver, wie z. B. der Milchzucker, Verwendung, mit welchem die kostbare Materie kräftig durcheinander gerührt wird. Dann wird die ganze Mischung in genau berechnete Dosen eingeteilt. Besonders schwierig ist es auch, derartige Gifte, wie z. B. das Atropin, das eine Erweiterung der Pupille bewirkt, in sorgsamster Weise zum Gebrauch für Augenärzte zu bereiten, da die Augentropfen unter Umständen nur $^1/_{500}$ Gran des Giftes enthalten dürfen.

Wenden wir nun unser Interesse der Tierwelt zu, so müssen wir vorzüglich drei Produkte, nämlich: Moschus, Ambra und Zibet erwähnen.

Der Moschus oder Bisam ist ein eigentümliches Sekret des männlichen Moschustieres, das durch Drüsen abgesondert wird und sich in einem Beutel an der Bauchseite des Tieres ansammelt. Als stärkste und teuerste Sorte gilt der Moschus aus Tonking, der in kleinen, mit Bleifolie ausgelegten und außen mit Stoff ummantelten Kisten von Shanghai aus versandt wird. Das Sekret ist in frischem Zustande eine salbenartige, weiche, rötliche Masse von durchdringendem Geruch, die beim Austrocknen allmählich eine dunkle, meist schwarzbraune Färbung annimmt. In trockenem Zustande läßt sich der Moschus zu feinen Körnchen zerreiben und im übrigen wie die aromatischen Blumensubstanzen mit Fetten und Oelen verarbeiten. Bei dem hohen Preise dieser tierischen Substanz, der zwischen 500 und 2500 M. für das Kilogramm schwankt, sind Verfälschungen nicht selten.

Ein besonders scharf riechender tierischer Geruchstoff ist das Zibet, das von zwei Arten der Zibetkatze durch Drüsen abgesondert und in einem taschenförmigen Organ des Unterleibes angesammelt wird. Zur Gewinnung dieses Stoffes werden die Tiere in Abessinien, Nubien und Aegypten, wo das Zibet als Arzneimittel hoch geschätzt wird, in Käfigen gehalten. Von Zeit zu Zeit wird das Sekret mittels löffelartiger Instrumente dem Tierkörper entnommen, in Büffelhörner gefüllt und in diesen Gefäßen in Kairo in den Handel gebracht. Den Parfüms pflegt man den scharfen Riechstoff nur in Sprit aufgelöst, und zwar in geringen Mengen, zuzusetzen.

In derselben Form findet auch die Ambra Verwertung, eine graue, fettartige Substanz, die meist in kleinen Stücken, bisweilen aber auch in Mengen bis zu 50 Kilogramm auf dem Meere angetroffen wird und insbesondere von Java, Madagaskar und Surnam aus zur Versendung gelangt. Sie ist ein Sekret des Pottwales, doch gelang es noch nicht, endgültig festzustellen, ob sie im Rachen, dem Darm oder der Harnblase dieses Fisches entsteht.

Ein anderes eigenartiges tierisches Produkt, das als Arznei im Gebrauch ist, ist eine Auflösung des reinen Giftes der Klapperschlange, das bei bösartigem Scharlachfieber angewandt wird. Ferner soll die Kellerassel — auch kein sehr appetitliches Tierchen — in pulverisiertem Zustande mit gutem Erfolg gegen Wassersucht Anwendung finden. Indessen kommt sie nur selten in Gebrauch, und es ist nicht wahrscheinlich, daß der Leser genötigt sein wird, ihrer persönlich zu bedürfen. Dafür wird er aber das Pepsin, das aus den Magenschleimhäuten der Schweine, Lämmer und Kälber gewonnen wird, nicht zurückweisen können, wenn es ihm vom Arzt als Magenheilmittel empfohlen wird.

Wir vermögen das Thema an dieser Stelle natürlich nicht zu erschöpfen, aber schon diese wenigen Beispiele beweisen, daß der Preis dieser Droguen mit der Wirksamkeit derselben nichts zu tun hat, sondern daß derselbe allein von der Seltenheit oder der Art der Gewinnung abhängig ist. Als völlig überflüssig wird man diese kostbaren Erzeugnisse zwar nicht bezeichnen können, aber die Kultur-Menschheit würde zweifellos keinen sehr großen Mangel leiden, wenn sie auf diese Produkte Verzicht leisten müßte. Denn fast jedes derselben kann durch nahezu gleichartige, aber erheblich wohlfeilere Stoffe ersetzt werden.

Die saure Milch als Heil- und Nahrungsmittel.

Nachdem Jahrzehnte hindurch die saure Milch als „bäurisch" vom Küchenzettel verschwunden war, ist sie jetzt sozusagen wieder hoffähig geworden.*) Der Name hat zwar etwas gewechselt und aus der „sauren Milch" wurde Joghurt und ähnliches, doch basiert der Inhalt der verschiedenartigen Milchprodukte immer wieder auf der „sauren Milch". Ihre Benutzung als Nahrungsmittel bei den orientalischen Völkern läßt sich bis in die frühesten Zeiten des Altertums zurückverfolgen; schon in der Bibel wird erwähnt, daß die Juden zu Abrahams Zeiten sich größtenteils von saurer Milch, Gemüsen und Früchten ernährten und nur selten Fleisch zu genießen pflegten. Seitdem hat sich der Gebrauch dieses Nahrungsmittels erhalten und es spielt bei den Orientalen noch jetzt eine große Rolle. Auch bei den Aegyptern, wo das Produkt mit dem Namen „Leben" bezeichtet wird, reicht seine Benutzung bis in die graue Vorzeit zurück. Bei den Griechen und Römern, so schreibt Professor Dr. A. Combe in seinem Buche: die intestinale Autointoxikation und ihre Behandlung (Verlag Ferd. Enke, Stuttgart) bildete die saure Milch einen wichtigen Nahrungsbestandteil der Bauern und Städter. Plinius berichtet, daß bei den großen Festschmausereien der Patrizier am Schluß der Mahlzeit stets saure Milch gereicht wurde. Auch waren regelrechte Kuren mit saurer Ziegenmilch im Brauch. Es scheint, daß die orientalischen Völker, welche die günstige Wirkung der sauren Milch in ihrem früheren Nomaden- und Hirtenleben kennen gelernt hatten, auch während ihrer Seßhaftigkeit an ihr festgehalten haben, und daß sich von dort aus ihr Ruf mit dem zunehmenden Verkehr bei den Völkern des Westens ausbreitete, so daß er unter Franz I. bis nach Frankreich drang. Als dieser König an einem chronischen Leiden, das nicht weichen wollte, erkrankt war, hörte er von den erfolgreichen Diätkuren eines gelehrten Israeliten in Konstantinopel und ließ ihn nach Paris kommen. Der Jude kam in kurzen Tagreisen mit vier Schafen und verordnete eine nach seinem Rezept präparierte Milch, wodurch der König geheilt wurde. Sehr bekannt und am besten untersucht ist jetzt das in Bulgarien unter

*) Ich kenne Heilanstalten, in denen saure Milch mit Brot als regelmäßiges Frühstück eingeführt ist. (Der Herausgeber.)

dem Namen Joghurt gebräuchliche Milchprodukt, das entweder im natürlichen Zustand oder mit Salz oder Zucker gewürzt oder mit frischen Früchten (wie Erdbeeren oder Melonen) vermengt, genossen wird.

Zeitschrift für Erziehung und Unterricht. Redaktion: Mathäus Schmidtbauer, Schuldirektor in Schwanenstadt.

Persönliche Erfahrungen.

Die Primel ist dafür bekannt, daß sie bei manchen Menschen juckende Ausschläge an den Händen und Unterarmen, oder wo sie gerade mit dem Körper in Berührung gekommen ist, hervorruft. Diese Erscheinung gehört zu den sogenannten Idiosynkrasien. Damit bezeichnet man die Eigenschaft eines Menschen, auf gewisse äußere Einwirkungen hin, die bei den anderen Menschen gleichgültiger Natur sind, in einen krankhaften Zustand zu kommen. Man kennt die Idiosynkrasie, die manche Leute gegen gewisse Speisen haben, so daß sie nach Genuß von Krebsen, Erdbeeren usw. von Nesselsucht geplagt werden. Ebenso sind es gewisse Arzneimittel, die von vielen Personen nicht vertragen werden. Nicht so selten verursachen die leider vom Publikum häufig kritiklos gebrauchten Anti- und sonstigen Pyrine nach dem Genusse unangenehme Erscheinungen; mancher ist sicher, niemals der Morphiumsucht zu verfallen, weil dieses Arzneimittel sehr unangenehme Wirkungen bei ihm hervorruft. Erstaunlich ist es, wie gerne das früher so viel verwandte Jodoform, dessen Geruch lange Zeit als unzertrennlicher Begleiter des Arztes galt, bei empfindlichen Personen Hautausschläge hervorruft. So ließe sich noch eine ganze Reihe von vielgebrauchten Mitteln anführen, die hier und dort zu unangenehmen Zufällen Veranlassung geben. Gelegentlich wird bei jedem von Menschen gebrauchten Stoffe einmal eine solche Erscheinung beobachtet werden. Ein Nürnberger Arzt berichtet von einem Manne, der stets nach Genuß von Eiereiweiß von einem lästigen Hautausschlag geplagt wurde. Und wirklich bekam dieser Mann seinen Ausschlag auch, als er Puro seinen Speisen zusetzte. Bei den Pflanzen sind es die in den Blättern enthaltenen ätherischen Oele, die auf die Haut mancher Menschen übermäßig reizend wirken und zu einer Erkrankung Anlaß geben. In der „Münchner Med. Wochenschrift" berichtet Prof. Zinnser, daß er eine Dame beobachtet hat, die einen Hautausschlag bekam, so oft sie mit Efeu in Berührung kam. — Die ätherischen Oele der Pflanzen sind der Bestandteil, der die Mehrzahl der Mundwässer angenehm erfrischend macht. Das mahnt aber auch zur Vorsicht in allen Fällen, wo die Lippen entzündet und gereizt sind; es fragt sich, ob nicht hier und da das Mundwasser als Ursache der Erkrankung anzusehen ist.

Sprechsaal.

Fragen.

In dieser Rubrik können nur Fragen von allgemeinem Interesse aufgenommen werden. Stellengesuche oder Stellenofferten sind ausgeschlossen.

Frage 10 762: Ist es nicht die Pflicht einer Mutter, dafür zu sorgen, daß der Bildung ihres Mädchens ebensoviel Aufmerksamkeit geschenkt werde, wie derjenigen der Knaben? Väter sind hierin oft so eigentümlich und wenig einsichtig. Ich habe mich im vergangenen Jahr verheiratet. Ich war Witwe und brachte meinem Mann ein Mädchen von vierzehn Jahren in die Ehe. Er war geschieden von seiner ersten Frau und ich hatte zwei Knaben von sechzehn und siebzehn Jahren anzutreten. Der erstere steht in einem großen Fabrikationsgeschäft in der Lehre, die jetzt noch zwei Jahre dauert. Er hat täglich einen Bahnweg zu machen und muß mittags auf eigene Kosten leben, was im Jahr keine geringe Auslage macht. Der zweite hat mit Ostern seine Lehrzeit bei einem Mechaniker angetreten und hofft später noch eine höhere Schule besuchen zu können. Nun hat mein Mädchen dieses Frühjahr die Sekundarschule verlassen und ich hätte sie gern für den Haushalt recht tüchtig gemacht, ehe die Frage nach einer Berufslehre behandelt werden müßte. Der Vater aber erklärt, das Mädchen müsse so schnell als möglich an einen Verdienst gehen; ihm werden die Existenzkosten zu viel, wo die Buben auf Jahre hinaus noch so viel kosten. Ist das gerecht? Ich habe mich bereit erklärt, einige Tischgänger anzunehmen oder eine Heimarbeit, daß das lernende Mädchen vollauf beschäftigt wäre und zu den Haushaltungskosten doch etwas beigetragen würde. Mein Mann will aber nichts davon wissen, sondern er sucht das Kind als Kommissionärin in einem großen Geschäft unterzubringen. Er sieht nur den Lohn an, der da zu verdienen sei von Stund an und denkt nicht an den Verbrauch von Kleidern und Schuhen, wenn das Mädchen bei Wind und Wetter Tag für Tag auf der Straße sein muß. Ich meine, er rechnet nicht richtig für sich und an die Zukunft des Mädchens denkt er gar nicht. Warum soll es nicht ebenfalls etwas lernen dürfen wie die Buben? Warum soll es seine Aufgabe sein, durch Verdienst dafür zu sorgen, daß den Knaben eine bessere berufliche Ausbildung kann gegeben werden? Liegt hierin nicht eine große Ungerechtigkeit? Und muß ich mir diese gefallen lassen? Wie hätte ich denken können, daß ich vor Abschluß der Ehe das persönliche Recht meines Mädchens hätte sicher stellen sollen! Was halten Andere von dieser Sache? Um gütige Meinungsäußerungen bittet Eine Leserin.

Frage 10 763: Ist eine bewährte Hauswirtin im Fall mir mitzuteilen, wie ich unsere sechsköpfige Familie (fünf Kinder im Alter von drei bis zwölf Jahren) auf's billigste ernähren kann, doch so, daß sie an ihrer Gesundheit keinen Schaden leiden? Es handelt sich um eine Zeitdauer von drei Monaten. Recht von Herzen dankbar für einen guten, bewährten Rat ist Eine Mutter.

Frage 10 764: Kann ich eine Gasflamme ohne Schaden für die Gesundheit klein drehen, wenn mir die Hälfte Licht genügt? Und wie steht es in dieser Beziehung mit dem elektrischen Licht? Kann die Flamme durch Kleinstellen nach Bedarf sparsamer gestaltet werden? Um freundliche Belehrung bittet Eine künftige Hausfrau und Hausbesitzerin.

Frage 10 765: Darf die Mutter ein Laster des Vaters, unter dem sie schon lange seufzt, und das den Wohlstand und den Frieden in der Familie ersichtlich untergräbt, bei den heranwachsenden und mit offenen Augen beobachtenden Kindern entschuldigen? Ich meine immer, daß die Frau in solchem Fall in einem Widerstreit der Pflichten steht. Als Gattin sollte sie bemänteln, beschönigen, vertuschen, begreifen, entschuldigen und verstehend verzeihen. Als Mutter aber dürfe sie das Rechtsbewußtsein der Kinder um keinen Preis irre führen, sie müsse vor dem Laster als solchem eindringlich warnen. Sie weiß, daß sie damit das Ansehen des Vaters untergraben muß, doch findet sie keinen anderen Ausweg. Für gütige Belehrung dankt zum Voraus bestens Eine eifrige Leserin.

Frage 10 766: Kann mir Jemand aus dem geschätzten Leserkreis eigene Erfahrungen mitteilen auf dem Gebiet der Kollektiv- oder Zentralküchen? Kann dabei für den Hausbesitzer als Inhaber der Küche eine anständige Existenz abgeleitet werden und ist Aussicht, daß solche Wohnungen (in einer Stadt) von dem arbeitenden Mittelstand begehrt und besetzt würden? Für Bedienung der Küche und des Hauses überhaupt wären eigene Arbeitskräfte vorhanden. Gekocht würde im Rahmen einer Volksküche. Für freundliche Mitteilungen wäre herzlich dankbar Eine, welche vorwärts will und die Arbeit kennt und liebt.

Frage 10 767: Mein 1jähriges Bübchen, bisher gesund und munter, ist in der jüngsten Zeit meistens schlechter Laune und weint viel. Es ist aber bei gutem Appetit. Wie kann dem abgeholfen werden? Junge Mutter in A.

Frage 10 768: Könnte mir eine Leserin den Erfolg und Befund des mit so vieler Reklame angepriesenen Energos mitteilen? Die Zeugnisse sind alle aus dem Ausland und bin ich begierig einige Resultate aus der Schweiz zu vernehmen. Abonnentin in Olten.

Frage 10 769: Eine junge Leserin bittet lebenserfahrene Mitleser um ihren gereiften Rat, da es ihr an älteren Angehörigen und Bekannten fehlt. Zwei Freundinnen, deren Meinung eine durchaus verschiedene ist, können mir, wie ich fühle, nicht den rechten Beistand geben. Ich hatte mich vor einem halben Jahre mit einem in gutem Ruf stehenden Geschäftsmann verlobt. Niemand konnte etwas nachteiliges über ihn sagen, als daß er unvermöglich sei. Ich sah also gerechterweise hierin keine Veranlassung mein Ja zur Verbindung nicht zu geben, zumal meine Eltern in guter Lage lebten. Seither hat mein Vater durch fehlgeschlagene Spekulationen ein Bedeutendes von seinem Vermögen eingebüßt, was meine Verhältnisse als Frau natürlich auch verändern würde und was wir meinem Bräutigam auch nicht verheimlichten. Obwohl ich bei dieser Eröffnung des genauesten prüfte, was die Aenderung für einen Eindruck auf meinen Verlobten mache, konnte ich nur ein aufrichtiges Bedauern für meinen Vater sehen und ich faßte in stillem Stolze den Entschluß, an Stelle meiner Mitgift in meinen neuen Verhältnissen als Frau und künftige Mutter, meine ganze Kraft einzusetzen. Dann war mein Verlobter auf Wochen fort auf Geschäftsreisen und seine Wiederkehr brachte mir Zweifel in meine Zukunftspläne. Sein Benehmen schien mir kühler, reservierter zu sein, doch nicht so auffallend, daß ich mich hätte darüber äußern dürfen. Hierin liegt aber gerade das Quälende für mich. Lange habe ich mich allein mit meinem Durcheinander von Gedanken herumgeplagt, bis mir, der Alleinstehenden (meine Eltern mag ich nicht mit meiner Sorge behelligen), das Herz überging, und ich mich bei meinen Freundinnen aussprach. Die Eine redet mir diese Grillen, wie sie es nennt, rundweg aus, ich soll mir die glückliche Brautzeit nicht selber trüben. Die Andere hält es für sehr möglich, daß verhältnishalber ein allmähliger Rückzug geplant sei. Ich soll aber die Verbindung beschleunigen, die Gelegenheit zu heiraten, sei nicht jedem geboten. Die beiden Ratschläge haben für mein Empfinden einen grausigen Abgrund, in den ich nicht offenen Auges blicken darf. Eine berechnet erzwungene Ehe eingehen, — niemals — und die Zweifel leichhin übergehen, dazu betrachte ich den Schritt zu ernst. Wenn es auch sehr schwer hält, unbekannte Verhältnisse zu beurteilen, so gibt es vielleicht doch erfahrene, gütige Leser, die mir in ernster Reife beruhigende Wegleitung geben können, für die sehr dankbar wäre die zweifelnde Junge Leserin.

Frage 10 770: Ich möchte mich beraten lassen, ob es wirklich merklich auf die Gesundheit eines Kindes einwirkt, wenn es weiß gekleidet ist. Mein Gatte ist sehr für derlei Maßnahmen eingenommen. Ich finde aber heraus, daß diese Vorkehren meist ziemlich Geld fordern, und wir sind nicht eben im Falle verschwenden zu können. Ich las freilich schon Abhandlungen, die sehr dafür sprechen, aber ich kann doch nicht recht glauben, daß dies so von bedeutender Wirkung sein soll. Was sagen andere besorgte Mütter dazu? F. Z. in W.

Frage 10 771: Können mir Abonnentinnen aus eigener Erfahrung sagen, ob das Tragen von Katzenfellen für Rheumatismus gute Dienste leistet? G. S.

Frage 10 772: Könnte mir eine geehrte Leserin aus Erfahrung sagen, wie sich die Zentrifugen-Trockenmaschine bewährt, wo beziehbar und zu welchem Preis. Besten Dank zum Voraus Langjährige Abonnentin.

Antworten.

Auf Frage 10 731: Das Kochen der Lingen mit scharfen, bleichenden Waschmitteln greift selbstverständlich die Wäsche an. Die besten Waschmittel sind heute noch: gute Seife, etwas Kristallsoda und viel Wasser zum spülen. Ich verwende zum Kochen der Wäsche Kochseife in den roten Päckli. Frau A. W.-F. in O.

Auf Frage 10 754: Ueber die Vorbereitungen für den Beruf eines Luftschiffers und über die Aussichten damit Geld zu verdienen, fehlt einstweilen noch die Erfahrung; für einen energischen, kaltblütigen Mechaniker scheinen die Aussichten nicht ungünstig. Auch über die Gefahren der Luftschiffahrt weiß man noch nicht viel: von den Aviatikern sind sehr viele zu Schaden gekommen, während z. B. der Bemannung der Luftschiffe noch nie ein ernstlicher Unfall zugestoßen ist. Fr. M. in B.

Auf Frage 10 754: Auch mir würde es unendlich leid tun, wenn mein einziger Sohn diesen gefahrvollen Beruf wählen würde, aber nach meinen gemachten Lebenserfahrungen würde ich seinem Begehren nichts in den Weg legen; denn wir erziehen unsere Kinder nicht für uns. Sie sind Menschen für sich und wollen ihr eigenes Leben leben. Und sie müssen dies ja auch, wenn wir nicht mehr da sind. Die jungen Menschen sind so wie so geneigt, ihre empfangene Erziehung zu bekritteln und alles was ihnen im späteren Leben quer geht, der „verfehlten Führung" in die Schuhe zu schieben. Ich habe das an zwei jungen Männern erlebt. Einmal an dem einzigen Sohn einer Freundin, der im Trunk verkam, „weil seine Mutter ihm das Studieren nicht ermöglichte." Er war aber gänzlich unbegabt und hätte nach übereinstimmendem Urteil der ernsthaften Berater nie ein Examen machen können. Dann an dem Sohn einer meiner Schwestern, der als noch nicht majorenner junger Bursche von der Mutter ein großes Kapital verlangte, um ein Geschäft anzufangen, für welches er nicht die mindeste Vorbildung hatte, so daß das Geld unrettbar verloren gewesen wäre. Er war von einer fragwürdigen älteren Frauensperson beeinflußt, heiratete sie, lieh sich das Geld zum Ankauf des Geschäftes von Freunden zusammen und verwirtschaftete in Zeit von zwei Jahren alles. Da hätte die Mutter, von der er sich in den zwei Jahren völlig abgewandt hatte, wieder einstehen sollen. Der Vormundschaftsrat ließ das aber nicht zu, denn meine Schwester mußte auch gelebt haben. Der Sohn machte sich darauf flüchtig, nicht ohne seiner Mutter die schärfsten Anklagen ins Gesicht geschleudert zu haben, seine verfehlte Erziehung sei an seinem Unglück schuld und sie habe ihn auf dem Gewissen. Sie hatte den Sohn aber in aller Treue, und nach bester Einsicht erzogen und geleitet und kein Verständiger konnte ihr irgend welche Mißgriffe zum Vorwurf machen. Lassen Sie den Sohn seiner Neigung folgen. Des Menschen Wille ist sein Schicksal. Auch eine Mutter.

Auf Frage 10 755: Einen eigentlichen Ortsgebrauch hierüber kenne ich nicht; nach meiner Ansicht darf derjenige, der das Aushängen der Vorfenster bezahlt, auch bestimmen, wann dieselben ausgehängt werden sollen. Immerhin sollte man sich hierüber mit den Hausbewohnern verständigen. Fr. M. in B.

Auf Frage 10 755: Die Zimmervermieterin hat kein Recht über das Aus- oder Einhängen der Vorfenster zu bestimmen, wenn bei der Miete die Bedingung nicht gestellt wurde. Sie müssen freilich bedenken, daß die Frau selbst sich in einer Zwangslage befindet. Wenn der Hauseigentümer des äußeren Ansehens halber die Vorfenster an einem Tag weg haben will, so muß die Zimmervermieterin eben ihm entsprechen, wenn sie die Kündigung nicht riskieren will. Bei Widerstand von Ihrer Seite steht natürlich die Kündigung auch Ihnen bevor, wenn Sie nicht vorziehen, Ihrerseits das Verhältnis zu lösen. D. H.

Auf Frage 10 756: Ueberall, wo Ordnung ist, muß die Haushälterin in bestimmten Zwischenräumen, sei dies nun wöchentlich oder monatlich, mit dem Hausherrn abrechnen und sie wird das tun, auch wenn der Letztere das nicht verlangt. Die Haushälterin, die aus solcher Hausordnung ein Mißtrauensvotum konstruieren will, verkennt ihre Stellung vollständig und es mangelt ihr auch an der nötigen Sachlichkeit zur richtigen Ausfüllung ihres Postens. X.

Auf Frage 10 756: Ich bekomme ebenfalls Wochengeld und rechne pünktlich jede Woche ab. Mein Prinzipal hat das zwar nicht verlangt, aber ich hielt es für ganz selbstverständlich für das Verbrauchte Rechenschaft abzulegen, ehe ich neue Barschaft in Empfang nahm. Wer bei dem Wunsch nach regelmäßiger Abrechnung an eine Beleidigung denkt, der ist kindisch empfindlich oder seine Rechnung stimmt nicht. D. H.

Auf Frage 10 756: Es ist ganz allgemeiner Gebrauch, daß die Haushälterin in regelmäßigen Zwischenräumen ihr Haushaltungsbuch vorlegt. Wer sich hierüber beleidigt fühlt, verrät ein ganz schlechtes Gewissen. Fr. M. in B.

Auf Frage 10 757: Kleine Goldschmiede, Feinflaschner oder Gürtler machen solche kleinen Reparaturen. D. H.

Auf Frage 10 758: Brandflecke sind sehr lange sichtbar. Fetten Sie die betreffenden Stellen mit einer guten Lanolincreme ein bis die Haut sich gekräftigt hat. M. P.

Auf Frage 10 758: Bestreichen Sie die Flecke mit roter Sternsalbe und pudern Sie dieselben leicht

ein. Sie müssen aber viel Geduld haben, denn es geht oft sehr lange bis die Haut wieder erstarkt und normalaussehend ist. Hoffentlich haben Sie nichts Scharfes angewendet. Ich nehme an, daß die betreffenden Hautstellen nicht etwa geeitert haben, sonst müßten Sie doch einen Arzt zu Rate gezogen haben. Denn Brandwunden höheren Grades, die tiefer gegangen sind, hinterlassen bei unrichtiger Behandlung bleibende und entstellende Narben. D. H.

Auf Frage 10758: Ich würde die verbrannten Teile mit Lanolin einreiben, und im übrigen Geduld haben. Ist aber die Sache arg entstellend, so fragen Sie einen Arzt, wo möglich einen solchen, der sich die Wundbehandluug zur Spezialität gemacht hat.

Fr. M. in B.

Auf Frage 10759: Ihr Bruder soll morgens nüchtern, und dann ein paar Mal im Laufe des Tages ein Glas heißes Emser Wasser mit Milch und Zucker trinken. Geht damit das Räuspern nach ein paar Wochen nicht weg, so ist eine ärztliche Untersuchung durchaus notwendig. Fr. M. in B.

Auf Frage 10759: Ihr Herr Bruder ist sehr wahrscheinlich ein sehr starker Raucher. Diese leiden alle an chronischem Kehlkopfkartarrh, doch will keiner zugeben, daß das Rauchen die Ursache dieses unangenehmen Zustandes ist. Suchen Sie Ihren Bruder zu bewegen, daß er am Morgen und hauptsächlich am Abend vor dem Zubettgehen Salzwasser in den Mund nimmt und es bei hintenübergelegtem Kopfe so tief als möglich im Hals liegen läßt. Man gewöhnt sich leicht an diese Prozedur, so unangenehm sie einen zuerst dünkt. Hals und Kehlkopf werden aber dadurch so gründlich gereinigt und gekräftigt, daß man die früher schöne klare Stimme wieder erhält. Auch verliert sich dadurch nach und nach der Reizzustand in der Kehle, der zum beständigen Rauchen antreibt. W. Z. in Sch.

Auf Frage 10760: Waschen Sie den Gummistrumpf in lauem (ja nicht warmem) Seifenwasser, dem etwas Salmiak beigegeben wurde, dann spülen Sie in reichlich kaltem Wasser gründlich durch. Ringen Sie den Strumpf zwischen reinen Tüchern gut aus und trocknen das Stück am Schatten. X.

Auf Frage 10761: Um Ihre Frage ganz genau beantworten zu können, müßte man wissen, aus was für Holz die zu reinigenden Möbelstücke hergestellt sind. Weiches Putzleder ist das geeignetste Material zum Reinigen. Gut in der Politur stehende mahagoni, nußbaum und eichene Sachen sind, um sie in schönem Aussehen zu erhalten, jährlich ein bis zweimal mit reinem kaltem Wasser, dem etwas Salmiakgeist zugesetzt wird, abzuledern. Das ganze reine Leder taucht man in das Wasser, ringt es gut aus und reibt die Möbel damit gut ab. Für Ecken und Verzierungen bedient man sich am besten eines Schwämmchens oder Pinsels und wiederholt das Abreiben noch einmal mit dem ganz gründlich ausgerungenen reinen Leder. Sie werden erstaunt sein zu sehen, wie rein und glänzend die Sachen nach dieser Anwendung geworden sind. Eichene Möbel müssen nach der Reinigung frisch gewichst werden. Mahagoni und Nußbaum, dessen Politur nicht mehr sehr gut ist, frischen Sie bedeutend auf mit folgender Mischung: 20 Gramm Terpentinöl, 100 Gramm Schwefeläther, 100 Gramm Ricinusöl, Creolin so viel wie eine Erbse groß, werden durch Schütteln in einer Flasche innig verbunden, ein reines Läppchen damit befeuchtet, die Möbel tüchtig eingerieben und nachher mit altem, grobem, zu einem Ball geformten Leinen so lange nachpoliert, bis die Fläche glänzend und trocken ist. Schwarze Möbel sind am empfindlichsten und am schwersten glänzend zu erhalten. Man fülle zur Reinigung dieser ein Fläschchen zur Hälfte mit destilliertem oder Regenwasser, tut etwas Spiritus und feinstes Eßöl dazu, schüttle es tüchtig um, reibe die Möbel damit ab und poliere mit einem Leinenballen nach. Sollten sie noch nicht glänzend genug sein, so nimmt man die für Mahagoni- und Nußbaumholz verwendete Mischung, doch mit Weglassung des Creolin. Trocken polieren ist dabei die Hauptbedingung. Sollte das Oel schwer trocknen, so reibe man ein wenig Wienerkalk auf den Polierballen. Dies befördert die Arbeit. Diese Anwendungen dürfen Sie als ganz zuverlässig betrachten, denn sie sind von mir schon jahrelang erprobt. Mein Mann war nämlich Möbelpolierer von Beruf. Leserin in Z.

Auf Frage 10761: Zum Möbelabreiben scheint mir ein wollener Lappen geeigneter als Leinwand. Es gibt für diese Zwecke viele Dutzend Arten Möbelpolitur, alle auf Terpentin-Basis und alle mehr oder weniger gut. Sie probieren der Reihe nach einige Sorten, die Sie leicht bekommen können, und sehen selbst, mit welcher Sie am besten zu Schlag kommen. Fr. M. in B.

Feuilleton.

Mütter und Söhne.

Roman von Erika Riedberg.

„Christine Reiner, Krankenpflegerin", stand mit dicken, schwarzen Buchstaben auf dem weißen Porzellanschild an der Tür des Dachstübchens.

Eine schlanke Dame in vornehmem Straßenkostüm richtete schon eine ganze Weile ihre Augen auf diese dicken, schwarzen Buchstaben, bevor sie sich anschickte, an die niedrige Tür zu klopfen.

„Sie muß es sein", murmelte sie endlich und pochte entschlossen mit der feinbekleideten Hand an.

Alsbald verstummte drinnen die jugendliche Männerstimme, sowie die kindliche, die Antwort gegeben.

„Herein."

Adelheid Ruhl, die Frau des berühmten Rechtsgelehrten an der Berliner Universität, trat in das Stübchen.

Vor dem in die Mitte gerückten viereckigen Tisch saß ein junger Mensch neben einem Knaben; aufgeschlagene Bücher, ein paar blaue Hefte bewiesen, daß hier eben eine Unterrichtsstunde gehalten ward.

Vom Fensterplatz her richtete ein kleines, gebücktes Frauenzimmerchen ihre verblaßten, kurzsichtigen Augen auf die Dame, um sich nach ehrerbietigem Gruß sofort wieder über die feine Stickerei in ihren Händen zu beugen.

Der junge Mann erhob sich. Mit frischer unbefangener Höflichkeit ging er dem Besuch entgegen

„Sie wünschen meine Mutter zu sprechen?" Er zog die Uhr. „In wenigen Minuten wird sie hier sein. Wenn Sie die Güte hätten zu warten, sonst — ich kann auch eine Bestellung machen —"

Die Geheimrätin heftete, während er sprach, die Blicke auf sein Gesicht. Ein hübsches, gesundes Jünglingsantlitz war es, aus dem die graublauen Augen in klugem, warmherzigen Glanz leuchteten.

Ueber den kräftig geschwungenen Lippen saß ein kleines Bärtchen, eine dicke, braune Haarlocke fiel in die breite, offene Stirn.

Die große, breitschulterige Gestalt steckte in einem billigen, grauen, aber peinlich sauberen Anzug; ein Paar weiße Manschetten mit schwarzen Hornknöpfen standen zur Schonung abgelegt auf der Kommode unter dem schmalen Spiegel.

Bescheiden, mit ruhigem Freimut, in dem sich allmählich etwas Befremden mischte, hielt er dem forschenden Blick der Geheimrätin stand.

Und deren Blicke, die jeden Zug des frischen Gesichts, jede Einzelheit der blühenden Gestalt erfaßten, wurden beinahe schmerzlich, als hätte sie eben insgeheim einen Vergleich angestellt, der ihr Pein verursachte.

„Meine Mutter hat eine Pflege ganz in der Nähe. Es ist Mittagszeit. Sie muß sogleich hier sein —" begann der junge Mensch wieder.

Nun unterbrach sie ihn. Freundlich schüttelte sie den Kopf.

„Ich habe Zeit. Einer Bestellung wegen kam ich nicht. Ich" — sie trat ihm näher — „ich wollte Ernst Reiner, den Freund meines Sohnes Gerhard, kennen lernen und seine Mutter."

„O!" Helles Rot überzog seine bräunlichen Wangen. Jetzt erst ward er der vornehmen Dame gegenüber verlegen. Er kannte sie nicht bis dahin.

Der Sohn des Geheimrats Professor Doktor Ruhl war noch nicht lange sein Freund, erst seit sie in der Oberprima zusammengesessen und dann das Abiturientenexamen gemacht hatten. Gerhard war immer in heimlicher Abendstunde den kurzen Weg aus der neuen Villenstraße zu ihm in die Region der Hinterhäuser und Mietskasernen gekommen, denn der Geheimrat litt es nicht, daß sein Sohn Nachhilfestunden erhielt oder sich durch Unterstützung begabterer Kameraden Erleichterung verschaffte.

So war die Schularbeit ein Martyrium für den schwächlichen, schwerfällig denkenden Knaben gewesen bis ihn die letzte Klasse mit Ernst Reiner zusammenführte.

Dessen kräftige Schultern nahmen freiwillig einen Teil seiner endlosen Plage auf sich. Er trug ihn gewissermaßen durch die Klasse mit einer Art väterlicher Geduld und Sicherheit.

Zum erstenmal genoß Gerhard die Wohltat einiger arbeitsfreien Stunden. Zum erstenmal zitterte er nicht vor dem kalt verächtlichen Blick seines Vaters, vor den Tränen und Seufzern der Mutter, wenn er früher jämmerliche Zeugnisse mit der regelmäßig wiederkehrenden Bemerkung: „muß sich ernstlich anstrengen, um die Versetzung zu erreichen" vorlegen mußte; jetzt, waren sie zwar nicht vorzüglich, doch genügend.

Allmählich wich die dumpfe Gleichgiltigkeit, der verbissene Trotz von ihm. Das schlaffe, müde Gesicht straffte sich in einem Anflug von Jugendmut, der scheue, matte Blick gewann ein wenig Leben.

Mit einer Ruhe, die seine arme, furchtzitternde Mutter in grenzenloses Erstaunen setzte, ging er ins Examen — er blickte auf den Freund, und an dessen bescheidener Sicherheit erstarkte er.

Keinen Augenblick fiel ihm ein, das glückliche Resultat sich selbst und seiner endlich geweckten Arbeitsfähigkeit zuzuschreiben; er stand so unter dem Einfluß Ernst Reiners, unterwarf sich so blindlings seiner Führung, daß er das bestandene Examen nicht als eigene Errungenschaft, sondern als ein Geschenk des Helfers ansah.

Er liebte den Freund, wie man nur seinen Befreier lieben kann.

Um das Zusammenbleiben mit ihm auf derselben Universität zu ermöglichen, fand er bittende, beredte Worte dem Vater gegenüber und erreichte in der Tat, daß dieser den Plan aufgab, ihn in sein altes Freiburger Korps zu schicken.

So wurden sie beide in Berlin immatrikuliert. Der Sohn des Geheimrats als Jurist, der Sohn der Krankenpflegerin als Mediziner.

Und heute war Adelheid Ruhl gekommen, um zu sehen, wer die Mutter des jungen Mannes war, der sie und ihren Sohn aus ewiger Angst und Aufregung erlöst hatte.

Christine Reiner! Es war ein Klang aus längst versunkener Zeit.

Aus einer Zeit, wo sie als junges, fröhliches Ding, unzertrennlich von der Tochter des Gärtners Reiner, durch die weite Haide ihrer Heimat gestreift, wo sie als Konfirmandin mit dem großen, blonden Mädchen vor dem Altar gestanden, an dem sie selbst dann wenige Jahre später dem Manne angetraut ward, der sie für immer ihrer Heimat entriß.

Christine Reiner! Wer war die Frau, die hier in Berlin unter dem Mädchennamen der Jugendgespielin lebte und einen Sohn besaß, fast gleichaltrig mit dem ihrigen?

Die Weckuhr auf dem Eckschränkchen machte eine Pause in ihrem harten, lauten Ticken und hub an zwölfmal zu schlagen.

Und während Adelheid in halber Gedankenlosigkeit die Schläge zählte, öffnete sich hinter ihr die Tür — eine Frau trat ein.

Groß, aufrecht, wie getragen von Ruhe und Kraft, stand ihre Gestalt in dem niedrigen Zimmerchen.

Die schlanke Dame in kostbaren Hüllen wandte ihr in atemlosem Forschen das Gesicht zu. Ihre dunklen, etwas verschleierten Augen sahen voll heißer Spannung in die tiefen grauen der andern, in denen es lange, lange schon still geworden sein mochte.

„Christine! Christine Reiner! Du bist's!"

Ihre schmächtigen Finger umschlossen die warmen, festen Hände der Krankenpflegerin.

Ueber deren kräftig geschnittene Züge flog es wie eine Röte. Es konnte ein leiser, kaum wahrnehmbarer Schreck sein, aber fest, mit stetigem Blick, sah sie der vor ihr Stehenden in das basse, lebhafte Gesicht.

„Adelheid Hellberg! Was führt Dich her!"

Es war noch ganz die wunderschöne Stimme von einst. Voll wie Glockenton, mild und weich wie Trost aus einer Mutter Mund.

Sie traf das Herz der leicht erregbaren Frau wie ein Ruf aus ferner, ferner Zeit. Er weckte alles in ihr: Heimat, Jugend, Glück, eine ganze, längst versunkene Welt.

Die Tränen schossen ihr in die Augen, impulsiv warf sie die Arme um Christinens Schultern.

„Warum bist Du nicht zu mir gekommen? Du wußtest doch, wer die Geheimrätin Ruhl ist?"

Das warme Licht echter Herzensfreude erlosch auf dem Gesicht der Frau.

Sie sah sich um. Sie war allein mit der Jugendfreundin.

„Warum hast Du mich nie besucht?" wiederholte die Geheimrätin mit nassen Augen. „Wie ein lebendiges Stück Heimat stehst Du vor mir. Ach Tina, Tina, was liegt alles zwischen heute und damals! Du mußt jetzt oft, oft zu mir kommen."

„Nein!" sagte Christine. Nein!"

Sie sprach es mit dunklem, eigentümlichem Tonfall, aber Adelheid war zu sehr von Erinnerung und Wiedersehen hingenommen, um dem so schwer betonten „nein" gleich in seiner ganzen Bedeutung nachzusinnen. Christine sprach auch schon weiter.

„Du selbst sagtest eben, es läge viel zwischen einst und jetzt — wie weißt Du, ob dies „viele" uns nicht auch in Zukunft trennen muß?"

„O, gewiß nicht! So frisch wie vor mehr als zwanzig Jahren ist die Freundschaft für Dich aufgelebt. Was sollte uns trennen?"

(Fortsetzung folgt.)

MILKA
VELMA
NOISETTINE
Suchard's
BELIEBTE
ESS-CHOCOLADEN

Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

Briefkasten der Redaktion.

Sparsame in M. Auch für die Fischgräte gibt es eine ganz nette Verwendung, doch nur für die großen, die an den Kinnbacken sitzen. Man wäscht sie ganz sauber ab und versilbert und vergoldet sie. Die Gräte sehen dann aus wie kleine Silber- und Goldfischchen und ergeben aufgehängt einen reizenden Christbaumschmuck. Auch in der Küche gebraucht man die sauber gewaschenen und an der Sonne durchgebleichten Fischgräte, indem man sie an Stelle von Holzspeilerchen zum Zusammenheften von Fleischstücken, Fleischvögeln 2c. verwendet.

Frau A. Das eigene Vermögen der Frau, mit dem sie sich brüstet und über das sie ohne das Mitwissen ihres Mannes verfügt, bildet oft den Zankapfel in einer Ehe, die sonst alle Bedingungen zu einem friedlichen Zusammenleben in sich trüge. Wenn Ihr Mann das Lotteriespiel verabscheut, Sie aber die Zinsen Ihres Kapitals diesem Moloch in den Rachen werfen, so ist sein Mißvergnügen und Unmut leicht erklärlich. Wenn Sie dann bei Ihrer Liebhaberei verharren, ohne seine ruhigen Vorstellungen zu berücksichtigen, so müssen Sie sich nicht verwundern, wenn eine ernste Entfremdung sich einstellt.

Frau M. P. Wer schlechte Zähne hat, der muß mit aller Achtsamkeit dafür sorgen, daß er nur festsohliges, gutes Schuhzeug oder Gummischuhe trägt, sobald er bei feuchtem Wetter ins Freie geht oder über Wiesen laufen muß. Wenn Sie auf sich selber achten, so werden Sie finden, daß Sie die geringste Versäumnis dieser Art mit Zahnschmerzen und Zahngeschwüren bezahlen müssen. Vor dem Kochherd und dem Schüttstein, wo Sie längere Zeit ruhig stehen bleiben, soll ein Teppich oder beweglicher Holzrost liegen, um den Wärmeverlust an den Füßen zu verhindern.

Junge Hausfrau in H. Nüsse, Mandeln, Kohl sollen in den Gedärmen viel Gas erzeugen. Von den Gemüsen am wenigsten Spinat; dann junge Bohnen, Erbsen und Blumenkohl. Keine Gasbildung verursachen: Backpflaumen, Preißel- und Heidelbeeren, rohe Eier, dicke (saure) Milch, Gurken, frischer Kopfsalat und Käse. Diese Aufstellung ist nach Dr. Müller. Andere Koryphäen der Wissenschaft machen wieder andere Angaben. Sie müssen also selber beobachten und prüfen.

Um schön zu sein genügt es nicht nur, einen frischen Teint zu besitzen, man muss die Haut des Gesichtes und der Hände auch täglich sorgfältig pflegen. Das beste Präparat für diesen Zweck ist die **„Crême Simon“**, deren 40jähriger Erfolg ihren hygienischen Wert unerschütterlich begründet hat. Zusammen mit diesem Präparat benütze man kein anderes Puder als das **Poudre** de riz **Simon** mit Veilchen- oder Heliotrop-Parfüm. [1486

Neues vom Büchermarkt.

Betty Hertel „Kinder und wunderliche Leute“. Verlag von Eugen Salzer, Heilbronn, brosch. Mk. 2.—, geb. Mk. 3.—.

Mit diesem feinen Büchlein ist's mir ganz merkwürdig ergangen; ich habe darin gelesen und mußte mitten drin wieder aufhören und es beiseite legen, weil ich zuerst meine eigene Jugend und all das Wunderliche, was ich erlebte — und dazu gehört auch so mancher wunderliche Mensch — vorüberziehen lassen mußte, ehe ich weiter lesen konnte. Ich habe allen, der Jugend und den Menschen, wieder in die Augen geschaut und sie haben mir das Herz warm gemacht. Eigentlich war's dann doch das Buch der Betty Hertel, das mir's abgewonnen hatte, und das kann man doch von wenigen Büchern sagen, daß so ein lichter, heller

GALACTINA
Alpen-Milch-Mehl
Beste Kinder-Nahrung.
Die Büchse **Fr. 1.30.** 1591

Zur gefl. Beachtung.

Offerten, die man der Expedition zur Beförderung übermittelt, muss eine Frankaturmarke beigelegt werden.

Gesucht:

In kleine Familie im Berner Oberland eine treue, zuverlässige, reinliche **Tochter** *zur Besorgung sämtlicher Hausgeschäfte. Anleitung im Kochen würde gerne erteilt. Gute, familiäre Behandlung u. guter Lohn. Offerten unter Chiffre* **L R 1827** *befördert die Expedition.*

Gesucht:

1850] zu sofortigem Eintritt, eventuell 15. Mai ein ordentliches, im Kochen und allen Hausgeschäften bewandertes **Mädchen.** *Lohn nach Uebereinkunft.*
Matthias Ruch, *Confiserie*
La Chaux-de-Fonds.

In eine kleine, achtbare Familie in Höhenkurort (zehn Minuten von St. Moritz-Dorf, Engadin) würde man 1 oder 2 Kinder im Alter von 7 bis 15 Jahren, die sich längere oder kürzere Zeit im Hochgebirge aufhalten sollen, in gute **Pension** *nehmen. Gewissenhafte Pflege und Ueberwachung, bescheidener Pensionspreis. Gelegenheit zum Schulbesuch oder Privatunterricht. Gefl. Anfragen an die Exped. unter Chiffre* **K L 1851** *des Bl.*

Rovio (Luganersee)
1481] **502 m ü. M.** Durch den Generoso gegen Osten und die S. Agata **gegen Norden geschützt.** Das ganze Jahr zum Kuraufenthalt für Deutschschweizer geeignet. **Milde, staubfreie Luft.** Neubau mit modernem Komfort. Zentralheizung, Bäder, engl. Closets, Zimmer nach Süden. **Bescheidene Pensionspreise.** Im Hause wird deutsch gesprochen. Prospekte gratis und franko. **Kurhaus Pension Monte Generoso (Familie Blank) in Rovio (Luganersee).**

2150 Dutzend **Bettücher ohne Naht**
hochfein, reinleinen, weiss
verkaufe aus wegen Betriebs-Einschränkung der Fabrik.

150 cm	breit,	200 cm	lang	1	Stück	franko	Fr. 2.80
150 „	„	225 „	„	1	„	„	„ 3.—
150 „	„	235 „	„	1	„	„	„ 3.20
150 „	„	250 „	„	1	„	„	„ 3.50

kleinste Abnahme ½ Dutzend franko gegen Nachnahme, auf Wunsch nach Längen sortiert, versendet
Ant. Marschik, Fabrikant
Giesshübel bei Neustadt a. d. Mett (Böhmen). [1837

Heirate
nicht, ohne **Dr. Retau,** Buch über die Ehe, mit 39 anatomischen Bildern, Preis Fr. **2.—, Dr. Artus,** Das Menschensystem, Preis Fr. **2.—,** gebunden zu haben.
Versand **verschlossen** durch **Nedwig's Verlag in Luzern 28.** [1743
☞ Abnehmern beider Werke liefere gratis „Die schmerz- und gefahrlose Entbindung der Frauen“. Preisgekröntes Werk von Dr. med. Nikols.

Cailler's
Milch-Chocolade
Grösster Absatz der Welt. 1731

Sarnen 1 Stunde von Luzern, an der Brünigroute.
Gasthof und Pension Seiler.
Bestempfohlenes, komfortables Haus in schönster Lage. Prächtige Spaziergänge, schattige Anlagen, Seebadanstalt, Ruderschiffchen etc. Vorzügliche Küche. Eignet sich auch vorzüglich für Frühjahrsaufenthalt. Pensionspreis mit Zimmer von **5 Fr.** an. Prospekte gern durch [1847] **Familie Seiler.**

Töchter-Pensionat.
1673] Herr und Frau **Ed. Marchand-Ladame,** Prof., Sekretär der Stadtschulen von Neuenburg, nehmen **junge Töchter in Pension** auf, welche die französische Sprache zu erlernen und die Schulen der Stadt zu besuchen wünschen. Familienleben zugesichert. (O 399 L)
Fauburg du Crêt 8
Neuenburg
Prospekte und Referenzen zur Verfügung.

Weggis. Pension Baumen. Geschützteste Lage am Vierwaldstättersee.
Inmitten von Wiesen und Gartenanlagen; auch Park am See. Herrlicher, ruhiger Frühlingsaufenthalt. Komfortable Einrichtung. Keine Kurtaxe. Pensionspreis Fr. 4.50 bis. 6.—. Prospekte durch 1826] (H 1966 Lz) **Schwestern Dahinden.**

Weissenstein bei Solothurn
:: 1300 Meter über Meer ::
Luftkurort. Ausgedehntestes Alpenpanorama d. Schweiz. Säntis, Montblanc, Vogesen, Schwarzwald. Hotel und Kurhaus. 70 Zimmer mit allem Komfort. Elektr. Licht. Staubfrei. Idealer Ferienaufenthalt. Post und Telegraph. [1844
Illustrierter Prospekt durch **K. Illi.**

Kuranstalt Affoltern a. A. (Zürich)
Arche und **Lilienberg** (begründet von Dr. Egli 1890) 600 m ü. M.
Bewährtes Naturheilverfahren nach Kneipp, Rickli. u. a. Vorzügliche, neue Einrichtungen. Grosse Luft- und Sonnenbad-Anlagen. Lufthütten. Gemischte und vegetarische Diät. **Beste Erfolge** bei Nervosität, Blutarmut, Verdauungsstörungen, Katarrhen, Rheumatismen und andern Leiden. **Ruhiger Aufenthaltsort. Sorgfältige Verpflegung. Preise sehr mässig,** für Vor- und Nachsaison reduziert. Heizbare Bade- und Gesellschaftsräume. Prospekte und jede Auskunft durch die Verwaltung: (Za 2236 g) [1848
Familie Mayer-Häfliger.
Aerztliche Leitung:
Dr. A. Bühler, Zürich und **Dr. A. Grob, Affoltern.**

Gesucht:

1829] für sofort ein treues, williges **Mädchen** *aus achtbarer Familie zu 3 Personen. Leichte Stelle.*
Frau Schlaepfer, *phot. Atelier*
Männedorf, *Seestrasse.*

Intelligente Tochter

1853] achtbarer Eltern könnte den **Modeberuf** *gründlich erlernen bei*
J. Buchegger-Klaiber, *Modes,* **St. Gallen**
Rosenbergstrasse 53, I. Stock.

Lehrtochter

1852] event. **Ausbildungstochter** *gesucht für feines Damenschneiderei-Atelier.*
C. Haas, *Rosenbergstrasse 55*
(H 2022 G) **St. Gallen.**

Eine gut erzogene **Tochter** *von 23 Jahren, welche die Hausarbeiten kennt, sich darin aber noch zur Selbständigkeit vervollkommnen möchte, sucht entsprechende Stellung in einer kleinen Familie, wo sie mit der Hausfrau selber arbeiten könnte. Die Suchende kennt den Ladenservice. Familienanschluss ist Bedingung. Es wird ein Taschengeld beansprucht. Gefl. Offerten unter Chiffre* **F V 1836** *befördert die Expedition.*

Eine junge **Tochter** *von 23 Jahren aus guter Familie nimmt Stelle an in der französischen Schweiz, um sich in den Hausarbeiten noch zu vervollkommnen und die französische Sprache noch besser zu lernen. Sie ist des Nähens kundig, kann glätten und hat auch einen guten Begriff vom Kochen. Es wird Familienanschluss verlangt und ein bestimmtes Taschengeld. Gefällige Offerten unter Chiffre* **A 1846** *befördert die Exped.*

RAS
heißt der neue Komet aller Schuhputzmittel
1761] Alleinfabrikant:
A. Sutter, vormals **Sutter-Krauss & Cie.**
Oberhofen (Thurgau).

Streng reell! Billige Preise!
Bettfedern
pr. Pfd. Mk. 0.60, 0.80, 1.10, 1.85.
Prima Halbdaun. 1.60, 1.80, 2.25.
Daunen 2.80, 3.—, 3.75, 4.50.
Visuna-Federn gesetzl. gesch.
Spezialität Silberweiss
Mk. 2.50, 3.—, 3.50, 4.— per Pfund.
Fertige Betten — Bettstoffe
Bettdecken — Bettvorlagen
Preislisten und Proben frei. Bei FedernprobenAngabe d. Preislage.
Versand gegen Nachnahme.
C. A. Dürr, Baden-Baden. 67 1515

Sonnenstrahl aus ihnen herausscheint; auch das nicht, daß man nach dem Lesen voll Dank der Dichterin die Hand drücken möchte für das Wiederaufschließen des Jugendlandes. Ich wünsche, es möchte vielen so gehen wie mir. Das werden alle die sein, die Kinder lieb haben und die solch wunderliche Kostgänger an unseres Herrgotts Tisch in ihr Herz geschlossen haben. Auch solche mögen darunter sein, die sich ihrer eigenen Jugend noch freuen können und solche, die noch in der Jugend selber drin stehen und durch ihre Eltern und Erzieher wissen, wie und warum man die Jugend edel und gut genießen soll und darf. Ihnen Allen möchte ich das Buch in die Hand geben — somit allen guten Menschen. Sie werden mir's danken, daß ich sie darauf aufmerksam machte.

Dr. C. B.

1805] **Zu Frühjahrskuren** für **Bleichsüchtige, Blutarme** und **Erholungsbedürftige** nach **Influenza** und **sonstigen Krankheiten** hat sich **Winklers Eisen-Essenz** vorzüglich bewährt.

Erhältlich in **allen Apotheken** à **Fr. 2.—** die Flasche.

Abgerissene Gedanken.

Mancher genießt ein kurzes Glück so intensiv, daß er es gegen das lange, vielbeneidete Leben eines anderen nicht tauschen möchte.

* * *

Das Glück erwarten, ist der schönste Teil des Glücks.

* * *

Daß du deine Kinder verziehst, wird dir nie von ihnen verziehen werden.

* * *

Manchen wäre es nicht wohl im Leben, wenn sie's anderen nicht verbittern könnten.

* * *

Wer alles mikroskopisch will ergründen,
Der wird bald nichts mehr genießbar finden.

* * *

Anerkennung ist eine seltene Pflanze, die meist auf Gräbern wächst.

* * *

Von allen Fehlern verzeiht dir der Egoist am wenigsten deinen Egoismus.

„Warum in aller Welt kochen Sie immer noch Rindfleisch, trotzdem Sie es verabscheuen?" — bemerkte eine Hausfrau zu ihrer Nachbarin. [1842

„Weil ich ohne Siedefleisch die zur Herstellung von wohlschmeckenden Suppen, Saucen und Gemüsen nötge Fleischbrühe nicht zubereiten kann," lautete die Antwort.

„Ja! so hat man's allerdings bisher gemacht" — warf die Hausfrau ein, „heutzutage aber, wo Maggis Bouillon-Würfel mit dem Kreuzstern existieren, kann man Fleischbrühe ebenso gut oder besser und dazu vielrascher herstellen, wenn man einfach diese Würfel mit kochendem Wasser übergießt. Die so bereitete Fleischbrühe ist von der direkt aus dem Fleisch selbst gewonnenen gar nicht zu unterscheiden und läßt sich sowohl zum **Kochen** wie zum **Trinken** verwenden. Wenn Sie einen Versuch damit machen, werden Sie es gewiß nicht bereuen. Doch achten Sie, um die echten Bouillon-Würfel zu erhalten, gefl. auf den Namen „Maggi" und die Fabrikmarke „Kreuzstern!"

„Besten Dank für Ihren guten Rat," gab die Nachbarin zurück und lenkte ihre Schritte dem gegenüberliegenden Spezereiladen zu.

[1774 In Dosen verschiedener Grössen überall erhältlich.

Putze nur mit

Globus
Putzextract
Bester Metallputz der Welt.

Berner-
Leinwand zu Hemden, Leintüchern, Kissenbezügen, Hand-, Tisch- u. Küchentüchern, Servietten, Taschentüchern, Teig- oder Brottüchern und **Berner-**
Halblein,
stärkster, naturwollener **Kleiderstoff,** für Männer und Knaben, in schönster, reichster Auswahl bemustert Privaten umgehend [1280
Walter Gygax, Fabrikant in Bleienbach.

CHRONISCHE KATARRHE
HUSTEN
BRONCHITIS
werden gründlich geheilt durch die
SOLUTION PAUTAUBERGE
Das wirksamste Mittel gegen alle
Krankheiten der Lunge und der Luftwege.
Aerztlich empfohlen
Preis für die Schweiz Fr 3.50 die Flasche
In allen Apotheken erhältlich
1796 (Zà 2010 g)

Schweizerfrauen verwendennur:
Fischer's Hochglanz-Crême
„Ideal"
unstreitig das beste Schuhputzmittel der Jetztzeit. **„Ideal"** gibt verblüffend schnellen und dauerhaften Hochglanz, färbt nicht ab u. macht die Schuhe geschmeidig u. wasserdicht. Ein Anstrich genügt gewöhnlich für mehrere Tage. — Zu beziehen in Dosen zu **25, 40** und **60 Cts.** durch jede Spezerei- und Schuhhandlung. [1619
Alleiniger Fabrikant: **G. H. Fischer,** schweiz. Zündholz- und Fettwarenfabrik, **Fehraltorf.** Gegründet 1860.

Für 6.50 Franken
versenden franko gegen Nachnahme
brtto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen
(ca. 60—70 leichtbeschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [1600
Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.

Es gibt viele hundert
sogenannte
„Kaffee-Ersatzmittel". Jedes Jahr kommen ein paar Dutzend neue auf den Markt. Gewöhnlich verschwinden sie ebenso schnell, wie sie aufgetaucht sind.
Nur ein wirklich
vollkommenes
Familiengetränk gibt es, das sich seit 20 Jahren bewährt hat und in allen Kulturländern Anerkennung und Verbreitung gefunden hat: Kathreiners Malzkaffee. Dieses reine Naturprodukt wird nur in ganzen Körnern verkauft, so dass jede Fälschung unmöglich ist.
Man hüte sich vor Nachahmungen. [1820

SOOLBAD RHEINFELDEN
Hôtel Krone.
Soolbäder, kohlensaure Soolbäder (Nauheimer Kur) Zentralheizung, Lift. Grosse Parkanlagen. Gut eingerichtetes Haus für Frühjahrskuren, Jahresbetrieb. Mässige Preise. Prospekt gratis.
1785] (Ue 5247 d) Bes. **J. V. Dietschy,** jun.

Zur Verlobung unentbehrliche
Geschenke jeder Preislage finden Sie in unserem neuesten Gratiskatalog (ca. 1400 photograph. Abbild.) über **garantierte Uhren, Gold- und Silberwaren**
E. Leicht-Mayer & Cie., Luzern, Kurplatz Nr. 27.
1543

1729] **Rein wollen**
Fr. 14.25 ein **Herrenanzug!**
Zu vorstehend enorm billigem Preise bezieht man durch das **Tuchversandhaus Müller-Mossmann** in **Schaffhausen** den nötigen wollenen Stoff zu einem modernen, äusserst soliden Herrenanzug = 3 Meter. — Muster dieser Stoffe, sowie solcher in Kammgarn, Cheviots etc. bis zum hochfeinsten Genre für Herren- und Knabenkleider franko. Preise durchweg mindestens 25 Prozent billiger, als durch Reisende bezogen.

Schuh-
Versandhaus
Wilh. Gräb
Zürich
4 Trittligasse 4
Nur garantiert solide Ware.
Illustr. Katalog
gratis und franko
enth. 400 Artikel z. B.

	Fr.
Arbeiterschuhe, stark	7.80
Manns-Schnürstiefel sehr stark	9.—
Manns-Schnürstiefel elegant mit Kappen	8.50
Frauen-Pantoffeln	2.—
Frauen-Schnürstiefel sehr stark	6.30
Frauen-Schnürstiefel elegant mit Kappen	7.—
Knaben- und Töchterschuhe No. 26—29	4.20
No. 30—35	5.20

Versand gegen Nachnahme.
Streng reelle Bedienung.
Franko Umtausch bei Nichtpassen.
Gegr. 1880.
GES. GESCHÜTZT CLICHÉ DÉPOSÉ
1720] (Zà 1804 g)

Garantiert reine [1569
Nidelbutter
liefert billigst
Dillier-Wyss, Luzern.

Für Mädchen und Frauen!
1675] Verlangen Sie bei Ausbleiben und sonstigen Störungen bestimmter Vorgänge **gratis** Prospekt od. direkt unser neues, unschädliches, ärztlich empfohlenes, sehr erfolgreiches Mittel à 4 Fr. Garantiert grösste **Diskretion. St. Afra Laboratorium, Zürich, Neumünster.** Postf. 13104.

Alt bewährtes Waschmittel
Dr. Lincks
Fettlaugen-Mehl
garantirt frei von schädlichen Stoffen.
1823

Verlangen Sie, bitte, die kostenfreie Zusendung unseres soeben erschienenen neuesten Kataloges über

Steiners Paradiesbett

in Holz- und Metallbettstellen.

Haeberlin & Co.
Bleicherweg 52, Zürich.

1817]

Bad und Kurhaus PASSUGG ob Chur (Schweiz)

829 M. ü. M. Subalpine Lage.

Hotel I. Ranges mit modernem Komfort. **1909** durch **Neubau** bedeutend erweitert. 220 Betten, **Privatsalons, Appartements m. Bädern. Elektr. Heizung. Saison:** Mai-Oktober.

Kurmittel: Vorzügl. stark alkal. und milde **Natron- u. Eisensäuerlinge. Jodquelle** mit hohem **Natrongehalt. Neue Bad-Installationen: Stahl-, Sol- u. Kohlensäurebäder.** Luftgas- u. Fichtennadelbäder; modernste **Hydro- und Elektrotherapie** (spez. Einrichtung für Behandlung von Herzkranken), **elektr. Glühlichtbäder** u. s. w.; Massage, Terrainkuren.

Indikationen: Magen-, Darm-, Leber-, Nieren- und Blasenleiden; Gallensteine, Bleichsucht und Blutarmut; Fettleibigkeit, Gicht, harns. Diathese, Zuckerharnruhr; Arteriosklerose und Glaskörpertrübungen, Kropf und Skrofulose; Krankheiten der Zirkulationsorgane u. des Nervensystems; Folgen der Tropenkrankheiten, Nikotin- u. Alkoholmissbrauch. **Kurtisch für Diabetiker und Magenkranke.** Prachtvolle, staubfreie Lage, 5 Min. von der wildschönen Rabiosaschlucht entfernt. Wandelbahn. Ausgedehnte, ebene Weganlagen im nahen Walde. Prospekte durch Die Direktion: **A. BRENN.**

Kurarzt: **Dr. Scarpatetti. Unsere sämtl. Mineralquellen gelangen zum Versandt.**

(H 900 Ch) [1804

Knaben-Institut ◎ Handelsschule

Clos-Rousseau, Cressier b. Neuenburg (französische Schweiz) 1721

Gegründet 1859. **Pensionspreis Fr. 1200.—.** Direktor: **N. Quinche**, Besitzer.

Moderne Vorhänge

und Etaminstoffe aller Art, sowie Spachtel-Rouleaux und Köpperstoffe finden Sie wohl nirgends in reicherer Auswahl und vorteilhafter, als im
1740] ersten Zürcher Vorhang-Versand-Geschäft von

Moser & Cie., Bahnhofstr. 45, Zürich I

reizende Neuheiten in **Künstlergardinen**

Musterversand nach auswärts. Bei der Mannigfaltigkeit unserer Lager sind etwelche Angaben sehr erwünscht

---

Zeit ist Geld!

1833] Sie sparen Zeit, Geld u. Feuerung, wenn Sie ferner nur noch mit

ASKU

waschen und bleichen.

Jeder Spezierer verkauft dieses beste aller Präparate.

Asku-Werke A.-G., Uster.

---

50 % Brennmaterial- & 50 % Zeitersparnis!!!!

Ueber **1000 Stück** im Gebrauch!

Petroleumgaskochherd

D. R. P. 212,552, Schweiz. Patent 41,493

ist der **solideste, feuersicherste** und **sparsamste**
1755] von allen Systemen. **Brennt ohne Docht.**
(H 1001 G) Geräuschloses und geruchloses Brennen.

Grossgestellte Flamme siedet **1 Liter** in **5 Min.** und kostet per Stunde **3 Cts.** Kleingest. Flamme hält **15** Liter konstant im Sieden und kostet p. Stunde **1 Ct.**
1 flammig **26 Fr.** **2** flammig **46 Fr.**
3 flammig **66 Fr.** — Prospekte gratis.

Ernst Haab (71 a), **Ebnat** (Schweiz).

---

das beste aller **Schuhglanzmittel**
SEIFENFABRIK KREUZLINGEN
CARL SCHULER & Cie.

(H 1450 G) [1816

Schweizer-Bienenhonig.

1786] Kontrolliert echten, reinen, versendet inkl. Büchse. 5 Pfd. Fr. 5.30, 10 Pfd. Fr. 10.—; **Havanna-Bienenhonig,** Ia Qual., kontr. echten reinen (kandiert hellgelb), 5 Pfund zu Fr. 4.30, 10 Pfund zu Fr. 8.—.

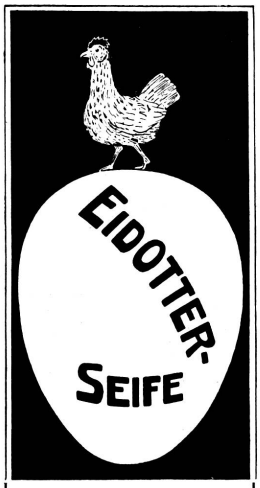
Schelbert-Pfyl, Muotathal (Schwyz).

Schweizerische
Nähmaschinenfabrik Luzern

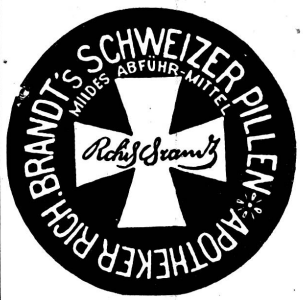
Einfach solid, billig
Schwingschiff
Centralspuhle
Vor- und rückwärts nähend

Mailand 1906: Goldene Medaille.

Ablage **Basel:** Kohlenberg 7.
" **Bern:** Amthausgasse 20.
" **Luzern:** Kramgasse 1.
" **Winterthur:** Metzgasse.
" **Zürich:** Pelikanstrasse 4.
" **Genf:** Corraterie 4. [1610



enthält echtes Hühnerei und macht bei tägl. Gebrauche **rauhe, runzliche, spröde** Haut unfehlbar **zart, glatt** u. **geschmeidig** und verleiht ihr **jugendliche Frische** und dem Teint **blütenzartes Aussehen.** Man verlange ausdrücklich
(N 330) **Ei-Dotter-Seife.** [1849
Stück 75 Cts.



geniessen einen Weltruf als

Abführmittel

das sicher, prompt und ohne jede unangenehme Nebenerscheinung wirkt. Erprobt und empfohlen von medizinischen Autoritäten aller Länder. Seit 33 Jahren im Verkehr! [1810

Die Schachtel mit „Weissem Kreuz" im roten Feld und Namenszug Rchd. Brandt erhältlich à Fr. 1.25 in den Apotheken. Wo nicht vorrätig, wende man sich an A.-G. vorm. Apotheker Richard Brandt Schaffhausen.

Lenzburger Confitüren

Der 5 Kilo Eimer

Johannisbeer-Confitüre	Fr. 5. 25
Zwetschgen- „	„ 5. 25
Quitten- „	„ 5. 25
Heidelbeer- „	„ 5. 25
Trauben- „	„ 5. 25
Aprikosen- „	„ 6. 50
Quitten-Gelée	„ 6. 50
Erdbeer-Confitüre	„ 7. 75
Kirschen- „	„ 7. 75
Himbeer- „	„ 7. 75
Vierfrucht- „	„ 4. 75

Ueberall zu haben. [1689

Ueberall erhältlich.

Biscuits und Waffeln

Die Liebhaber von (Ue 2504 h) [1400

1400] **Biscuits**

bringen unsern Produkten andauernd ein steigendes Interesse entgegen.

Die Fabrik bemüht sich auch durch Verwendung nur feinster Rohstoffe und durch neueste Einrichtungen das Beste zu liefern, was die Biscuitsfabrikation heute überhaupt zu bieten vermag.

Stets Neuheiten!

1466

1595] **Dr. med. M. Bircher-Benner in Zürich** schreibt: Ich konstatiere, dass **alkoholfreie Weine von Meilen** nicht nur ein durststillendes Getränk, sondern ein vorzügliches Nahrungsmittel sind, das vom Säuglings- bis zum Greisenalter vorzüglich ausgenutzt und vertragen wird. Ich verwende Ihre alkoholfreien Trauben- und Obstweine seit Jahren bei allen Krankheiten bei jedem Alter, als durststillendes Getränk und als Krankennahrung und habe dabei nur günstige Erfahrungen gemacht.

Garantie für Jedes Paar.
Verlangen Sie bitte
Gratis-Preisliste

Ich versende gegen Nachnahme:

Herrensonntagsschuhe, solid u. elegant, Nr. 39—48		Fr. **8.50**
Mannswerktagsschuhe mit Haken, beschlagen Nr. 39—48		Fr **9.—**
Mannswerktagsschuhe mit Laschen, beschl., Ia., Nr. 39—48		Fr. **7.80**
Frauensonntagsschuhe, elegant,	Nr. 36—42	Fr. **7.—**
Frauenwerktagsschuhe, beschl.,	Nr. 36—43	Fr. **6.30**
Töchterschuhe, solid beschlagen,	Nr. 26—29	Fr. **4.20**
	Nr. 30—35	Fr. **5.20**
Töchtersonntagsschuhe,	Nr. 26—29	Fr. **5.—**
	Nr. 30—35	Fr. **6.—**
Knabenschuhe, solid beschlagen,	Nr. 26—29	Fr. **4.50**
Nr. 30—35 Fr. **5.50**	Nr. 36—39	Fr. **6.80**

Rud. Hirt, Lenzburg.

1696] (Za 1621 g)

1737

Probenummern der „Schweizer Frauenzeitung" werden auf Verlangen gerne gratis und franko zugesandt.